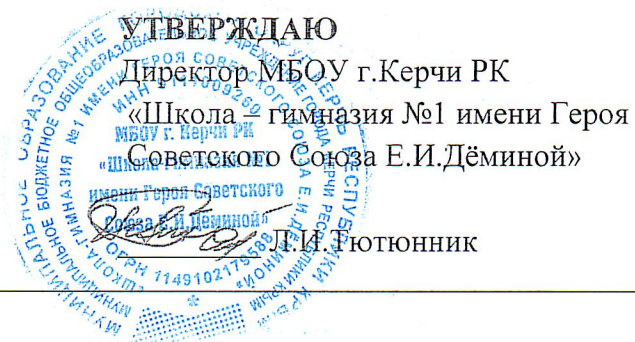




Неделя:1 ДЕНЬ:1 (понедельник) 03.03.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			Энергетическа я ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Каша молочная жидкая овсянная	210	4,91	6,00	28,41	187,00	199
Чай с лимоном	180	0.12	0.02	10.20	41.0	412
Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136.0	1
Итого за завтрак	430	7,48	13,57	52,23	364,0	
II завтрак						
Сок фруктовый	150	0.75	-	15.15	64.0	418
Печенье галетное	30	2.1	3.6	67.2	393.6	
Итого за II завтрак	180	2.85	3.6	82.35	457.6	
Обед						
Икра кабачковая	60	0,72	2,62	4,62	47,00	57
Суп картофельный с рисовой крупой	200	1.6	2.19	11.66	72.6	83
Тефтели рыбные тушеные	80	10.15	4.21	10.67	121.0	277
Соус сметанный	30	0.42	1.5	1.76	22.23	372
Капуста тушеная	150	3.1	4.85	14.14	112.65	354
Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.018	24.63	101.7	394
Хлеб пшеничный	45	3,55	4,5	21,73	104,75	
Хлеб ржаной	40	2,64	4,8	13,36	69,6	
Итого за обед	785	22,58	24,69	102,57	651,53	
Полдник уплотненный						
Оладьи с повидлом	130	9,05	8,11	55,15	330,00	432
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	227
Яблоки свежие	100	0.4	0.4	1.80	44.0	386
Кофейный напиток с молоком	180	3.78	3.26	15.55	106.8	414
Хлеб пшеничный	54	4,27	0,54	26,08	127,44	
Хлеб ржаной	43	2,84	0,52	14,36	74,82	
Итого за полдник	547	25,42	17,43	113,22	746,06	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1942	58,33	59,29	350,37	2218,59	